

心有一道牆 呼喚一扇窗

南海康復之家是台北市衛生局核准的精神復健機構，總床數 35 床，現有 28 位住民。社會上因許多民眾對住民有所不理解，而康復之家作為醫院和家庭間的溝通橋樑，提供一個保護性、暫時性與支持性的居住環境，實施生活起居及人際關係輔導，協助住民早日重返社會。

南海康復之家的社工分享著當初推動閱讀的動機，某日無意間發現，有位住民每週固定會去舊書攤購買書籍，日復一日，從無間斷，即便他無法記憶書中內容，但卻表示「看書真的讓人非常開心」。就因為住民無心的言論，社工即著手與跟各管道連繫，最終在「誠品文化藝術基金會」的網站上發現募書窗口，隨即申請書籍，為了擺放基金會所贈送的書籍，更與住民們一起規劃增設活動室提供閱讀，並且不定期辦理讀書會，希望培養住民閱讀書籍的習慣。

在辦理過多次閱讀活動之後，社工也發現，書籍中以身體健康、人際關係這兩大類別較受歡迎，曾有慢性病讀者在閱讀過與自身有關的醫療書籍後，對自己罹患的疾病有了更清楚的認識，也更懂得如何注意飲食、維護健康。社工認為，持續提供優良書籍可讓住民透過閱讀吸取知識、促進認知發展、啟發想像力及創造力，甚至有穩定精神住民情緒增加專注能力的效果，減少精神殘餘症狀。在南海康復之家辦理了許多閱讀活動中，又屬讀書會最難推動但卻最有效益。

社工回憶起推動讀書會活動時表示，最為困難的就是要怎麼能夠提高住民意願參加讀書會活動？在推動的過程中，有些住民只願意挑選一些圖片或是食譜作為閱讀，但這也讓活動帶領者有了不同的想法，因為如果住民們連拿書的意願都沒有，那就更遑論願意參加讀書會。所以活動帶領者引導住民們只要是看得下去的書，且願意與大家進行分享及討論都可以參加。

因此，許多住民開始在讀書會的過程中發現自己更多面向的興趣，例如有位住民因患有糖尿病，所以她會選擇看糖尿病的書籍，並且藉由書籍的內容分享自己現在如何控制血糖的狀況，讓大家因為她的分享提升對於慢性疾病的認知。讀書會再也不是僅單純的讀完書籍就結束，而是透過彼此間的分享及討論，擴張其他住民所看的書籍的知識領域範疇，隨之而來的就是愈來愈多住民有興趣主動去閱讀。此外，社工也發現推動讀書會的復健活動，明顯讓住民的思考邏輯及口語表達方式明顯進步。

許多住民在接受復健後，是可以正常融入社會的，但是盤根錯節的刻板印象，阻礙了住民和你我一樣享有日常生活的權利。南海康復之家高度認同誠品文化藝術基金會閱讀推廣活動的理念，未來仍會持續推動讀書會的閱讀活動，因為閱讀可以使住民們慢慢發掘更多自身潛能與能力，讓每位住民，或是其他需要復健治療的朋友們，都能找到適合自己的興趣與特長，另外也希望藉由這樣優質的平台，與其他受書單位能有交流經驗的機會，他們想與大家分享：「住民們的閱讀不是要假裝自己多有知識，而是希望能讓他們發自內心對於閱讀感到愉快。」